

Меню 22 Декабря 2023г. Ясли

| Наименование блюд | Выход блюд | |
|-------------------------------|------------|-----------|
| | Вес,гр. | Калор,кк. |
| ЗАВТРАК | | |
| *Каша из хлопьев овсяных "Ге | 150 | 176.99 |
| *Кофейный напиток с молоком | 150 | 136.72 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 70.32 |
| 10 ЧАСОВ | | |
| **Сок 0,2 | 200 | |
| ОБЕД | | |
| *Свекольник со сметаной, с мя | 150/7/5 | 104.29 |
| *Плов с мясом и перловой кру | 150 | 340.91 |
| *Компот из плодов сушеных | 150 | 60.82 |
| Хлеб ржаной | 45 | 87.66 |
| ПОЛДНИК | | |
| 23- Булочка сырная | 50 | 185.51 |
| **Варенец | 160 | 80.80 |
| УЖИН | | |
| 23- Пудинг рыбный | 60 | 124.33 |
| 23- Картофель тушеный 1 | 180 | 180.99 |
| *Чай с сахаром | 150 | 32.00 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 70.32 |

Итого калорийность: 1651.66 Ккал.**Меню 22 Декабря 2023г. Д/с**

| Наименование блюд | Выход блюд | |
|-------------------------------|------------|-----------|
| | Вес,гр. | Калор,кк. |
| ЗАВТРАК | | |
| *Каша из хлопьев овсяных "Ге | 200 | 218.90 |
| *Кофейный напиток с молоком | 200 | 128.86 |
| Хлеб пшеничный | 35 | 82.04 |
| 10 ЧАСОВ | | |
| *Сок фруктовый | 200 | 86.60 |
| ОБЕД | | |
| *Свекольник со сметаной, с мя | 200/7/5 | 125.04 |
| *Плов с мясом и перловой кру | 180 | 436.40 |
| *Компот из плодов сушеных | 200 | 82.17 |
| Хлеб ржаной | 55 | 100.05 |
| ПОЛДНИК | | |
| 23- Булочка сырная | 70 | 258.74 |
| **Варенец | 175 | 88.46 |
| УЖИН | | |
| 23- Пудинг рыбный | 80 | 167.04 |
| 23- Картофель тушеный 1 | 180 | 181.01 |
| *Чай с сахаром | 200 | 35.72 |
| Хлеб пшеничный | 35 | 82.04 |

Итого калорийность: 2073.07 Ккал.